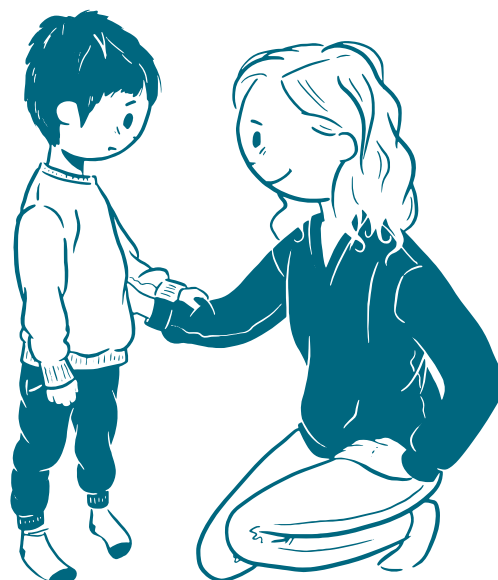


GREB I SAMTALEN MED FORÆLDRE I SKILSMISSE

Når et forældrepar går fra hinanden, er det vigtigt med en tæt dialog om barnets trivsel - særligt i den første tid efter skilsmissen. Men det kan være svært at tale med forældre, der er i krise og er følelsesmæssigt pressede.

Derfor har vi samlet inspiration til at ramme-sætte den planlagte samtale med skilte forældre - ikke den daglige garderobesnak. Vi har også samlet nogle konkrete idéer til, hvad du kan sige, så forældrene bliver trygge og bedst muligt i stand til at tage barnets perspektiv.



SKAB TRYGGE RAMMER FOR SAMTALEN

Du kan skabe tillid og tryghed ved at sætte en tydelig ramme for samtalen. Når du inviterer forældrene, så fortæl dem, **hvorfor** I skal mødes, og **hvad** der skal ske på mødet. Fortæl, at I altid inviterer til samtale, hvis et forældrepar skal skilles - fordi det lille barn mærker forandringer i familien og nemt kan blive forvirret, fordi det ikke forstår det, der sker. Det skal de voksne hjælpe med - også når barnet er i dagtilbud.

Gentag både formålet og baggrunden for samtalen som det første, når mødet starter. Og husk at give plads til begge forældres perspektiver under samtalen. Når du gør meget ud af at vise, at du er **nysgerrig og gerne vil prøve at forstå**, hvad de hver især oplever, føler og tænker, bliver de mere trygge. Den tryghed er grundlaget for, at I sammen kan gå videre til at tale om barnet - og den kan være afgørende for jeres videre samarbejde om barnet.

Lad forældrene vide, at det er helt almindeligt, at I som fagpersoner og de som forældre ikke altid ser barnet på den samme måde, og at det er okay. Det vigtigste er, at I lytter til hinanden og er åbne for hinandens tolkninger - på den måde får alle tilstrækkelig viden til at kunne forstå og støtte barnet.

DU KAN FOR EKSEMPEL SIGE:

Vi ved, at langt de fleste børn kommer godt igennem en skilsmisse – men det kræver, at vi taler sammen om, hvordan jeres barn har det. Derfor har vi inviteret jer til samtale. Så kan vi sammen finde frem til, hvordan vi kan støtte barnet bedst muligt.

Det er helt almindeligt, at vi ikke altid ser det samme. Det vigtigste er, at vi får en god snak om, hvordan vi hver især ser og oplever barnet. På den måde får vi alle sammen en bedre forståelse af barnet og kan bedre støtte ham eller hende.

For at vi kan støtte jeres barn bedst muligt, har vi brug for at høre lidt om, hvad han eller hun indtil nu har fået at vide om skilsmissen og det, der skal ske.

ANERKEND FORÆLDRENE OPLEVELSER OG FØLELSER

Din ro smitter af på forældrene. Når du er rolig, bliver det lettere for forældrene at finde ro. Brug din stemme, krop og ansigtsmimik til at vise, at begge forældre er velkomne, og at du gerne vil **lytte til dem begge**. Det kan også være en hjælp, at du almengør skilsmissen ved for eksempel at gøre forældrene opmærksomme på, at deres følelser, tanker og reaktioner er helt almindelige i den situation, de står i.

Når forældrene føler sig set og forstået, vækker det deres tillid til at lytte til andre perspektiver end deres egne.

I samtaler, hvor en forælder er meget berørt af situationen, kan det være nødvendigt at gøre ekstra meget ud af at anerkende forælderens perspektiv og frustrationer – også selv om dit mål med samtalen er at få belyst, hvad **barnet** oplever og har mest brug for.

Begge forældre kan have brug for tydelige tegn på, at de bliver mødt med interesse og åbenhed – og at du bekræfter, at det, de hver især oplever, giver mening og er forståeligt. At bekræfte betyder ikke, at du skal tale forældrene efter munden eller vælge side. Det handler alene om at signalere, at forældrene **har ret til** at have det, som de har det. Men det er ofte lettere sagt end gjort. Så husk på, at det kan kræve både øvelse og kollegial sparring at bekræfte forældrenes følelser uden at komme til at give dem ret.

Når du møder forældrene med varme og interesse, skaber du bedre mulighed for efterfølgende at spørge ind til barnets oplevelser og reaktioner – uden at optrappe forældrenes frustration.

Du kan vise, at du er aktivt lyttende ved at komme med løbende tilkendegivelser i samtalen som fx at sige "mmm", "ja, det er forståeligt" og "det giver mening, at du oplever det sådan".

DU KAN FOR EKSEMPEL SIGE:



Jeg vil rigtig gerne høre, hvordan I hver især oplever, at jeres barn har det og reagerer hjemme hos jer?

Det er almindeligt, at børns reaktioner kommer lidt forsinket. Det betyder, at jeres barn sagtens kan reagere på noget her i dagtilbuddet, som er sket derhjemme – og omvendt.



Hvis forældrene er tydeligt berørte og giver udtryk for, at det er svært, kan du almenføre og bekræfte forældrenes oplevelser og følelser ved for eksempel at sige:

DU KAN FOR EKSEMPEL SIGE:

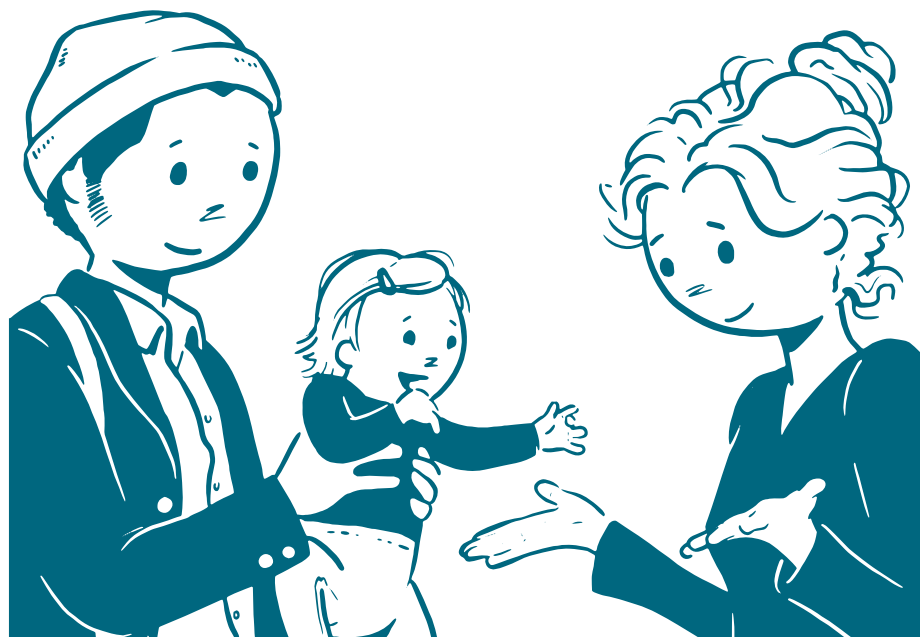


Jeg har talt med flere forældre, der er udfordret af deres skilsmisse. For mange er det en vanskelig proces, og det kan være rigtig svært at få samarbejdet til at fungere.

Det er helt almindeligt, at det kan være svært at rumme sine børn, når man selv er presset.

Jeg kan se, du bliver berørt, når vi taler om, hvad jeres barn oplever. Hvad bliver du opmærksom på?

Vær nysgerrig på, hvordan forældrene oplever deres situation, og lad dem rette dig, hvis du tager fejl. Det er en god idé, at du løbende sikrer dig, at du har forstået forældrene ved for eksempel at sige: "Er det også sådan, I oplever det?"





UNDERSØG BARNETS PERSPEKTIV

Når forældrene virker rolige og klar til at lytte til dine perspektiver, kan du flytte fokus i samtalen over på barnet. Det er almindeligt, at forældrene kan have brug for din hjælp til at få øje på, hvad barnet har brug for.

Når du sammen med forældrene undersøger, hvad barnet mon oplever, tænker og føler, bliver det nemmere for alle voksne omkring barnet at forstå og møde barnets behov.

DU KAN FOR EKSEMPEL SIGE:



Lad os tale lidt om, hvordan jeres barn har det – og hvad han eller hun kan have brug for.

Er der noget i barnets adfærd eller humør, som har ændret sig?

Mange børn er tilbageholdende med at fortælle, hvad de føler og tænker, fordi de gerne vil passe på deres forældre. Tror I også, det gælder for jeres barn?

Er der noget, I selv kan være bekymrede for i forhold til jeres barn?

Til sidst kunne jeg tænke mig, at vi taler lidt om, hvordan vi sammen kan støtte barnet i forhold til...?

Er der noget, som I ser, at vi kan gøre for at hjælpe jeres barn? Så vil vi gerne se, om det kan lade sig gøre.